

DALLA COSTRIZIONE ALLA LIBERTÀ ESPRESSIVA

SEMINARIO ESPERIENZIALE

Una giornata per uscire dall'immobilità del perfezionismo, del giudizio e della vergogna, per dare libertà e intenzione alla forza vitale e creativa.

Uno spazio sicuro e rispettoso in cui smettere di volare basso e cominciare a godersi la sconfinatezza della propria natura.

**Sabato 26 settembre 2026, dalle 9:00 alle 16:30 ca.
ad Arcegno**

Cosa sperimenteremo:

- ❖ *Pratiche di cura per sciogliere le strategie di sopravvivenza che portano alla paralisi da perfezionismo, alla vergogna, alla paura di esporsi o dare fastidio.*
- ❖ *Pratiche esperienziali per ripristinare la connessione con la propria fonte creativa ed espressiva*
- ❖ *Creazione di un oggetto medicina per ricollegarsi alla fonte creativa universale*

Iscrizioni entro e non oltre il 19 settembre (posti limitati):

Via telefono/Whatsapp: +41 79 899 07 17

Via mail: alice@tecnichediliberazione.ch

Costo: CHF 180.-

Conduttrici:

Alice Fischer-Baciocchi, costellatrice

www.tecnichediliberazione.ch

Nicole Rampazzi, accompagnamento alla trasformazione
interiore

sorgiva.carrd.co